



Директор МБОУ «Комбинат школьного питания»



Пласенко Е.Н.

### МЕНЮ для учащихся 7-11 лет (в т.ч. для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)

По столовой МБОУ СОШ №

На « 15 » 09 2023 г

Неделя: вторая  
День: 11 (пятница)

Наименование	масса порции в г	белки, г	жиры, г	углеводы, г	Ккал	Цена
<b>Завтрак</b>						
Салат витаминный (2 вариант) <i>(капуста, морковь, горошек, масло растительное)</i>	60	1,0	2,5	2,3	36,2	6,47
Рыба припущенная <i>(филе горбуши, лук, масло сливочное)</i>	95	18,8	9,3	0,9	160,4	86,10
Пюре картофельное <i>(картофель, молоко, масло сливочное)</i>	150	3,1	4,8	20,4	137,3	11,52
Кисель из апельсинов <i>(апельсины, сахар, крахмал)</i>	200	0,4	0,1	15,1	82,1	10,90
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,7	70,3	1,97
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	1,62
Итого:	505	26,8	17,1	61,3	525,4	118,58
<b>Обед</b>						
Икра кабачковая консервированная	60	0,8	4,2	4,4	58,2	10,04
Суп крестьянский с крупой <i>(капуста, картофель, рис, морковь, лук)</i>	200	0,9	2,1	1,5	30,0	4,65
Омлет с сыром <i>(яйцо куриное, молоко, сыр, масло сливочное)</i>	150	17,9	29,4	2,6	347,5	36,50
Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	91,8	20,95
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	7,93
Хлеб пшеничный	40	2,9	0,3	19,6	93,7	2,62
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7	2,43
Итого:	690	30,1	41,2	57,4	726,9	85,12
<b>Полдник</b>						
Сырники из творога с молоком сгущенным <i>(творог, яйцо куриное, сахар, мука пшеничная)</i>	100/30	21,1	17,5	36,3	385,7	52,80
Кофейный напиток с молоком <i>(кофейный напиток, молоко, сахар)</i>	200	3,2	2,7	4,9	58,0	10,37
Итого:	330	24,3	20,2	41,2	443,7	63,17

Заведующий производством

*Климова В.И.*